О
Главнѣйшихъ Средствахъ,
цвѣтъ здоровья и бодрость душевныхъ дарованій сохраняющихъ,
относительно
до юношескаго возраста.

Сочиненіе Надворнаго Совѣтника и Доктора

Петра Гофмана.



Печатано
при Типографіи ИМПЕРАТОРСКАГО Шляхетнаго Сухопутнаго Кадетскаго Корпуса 1788 года.



Изо всѣхъ въ душѣ смертнаго господствующихъ желаній первенствуетъ желаніе здравія. Пріятное ощущеніе здравія при тишинѣ отъ мятежныхъ страстей неколебаемой крови наполняетъ чувства смысленнаго человѣка нѣжнымъ удовольствіемъ, услаждаетъ всякое состояніе, и защищаетъ насъ противъ суровости наибѣдственной жизни. Коль драгоцѣнный сей даръ, толь священнымъ налагаемый отъ природы долгъ въ сохраненіи онаго всѣмъ чувствованіемъ одареннымъ существамъ быть долженствуетъ. Если мнѣ судить можно, то я считаю, что душевныя качества, благонравіе, и великодушное къ подвигамъ добродѣтели расположеніе, весьма часто отъ цвѣтущаго состоянія тѣлесныхъ дѣйствъ здравіе составляющаго происхожденіе свое имѣютъ. По тѣсной и ненарушимой между тѣломъ и душею связи, душа какъ въ хорошемъ такъ и скорбномъ состояніи тѣла участіе имѣетъ. Человѣкъ, который разными развратнаго житія пороками здравіе свое изнуряетъ, тѣмъ самымъ и душу уязвя, вложенныя въ оной силы ослабляетъ, и будучи не въ состояній скрывать внутреннее безпокойствіе противуборствуя природѣ, нѣжній пламень добродѣтели нечувствительнымъ образомъ умерщвляетъ. Изъ сего я заключаю, что благонравіе и добродѣтель, также и безпорочная душа, въ здоровомъ скорбьми не угнѣтаемомъ тѣлѣ царствуютъ, и что моралическій порокъ весьма часто отъ физическаго раждается, или лутче сказать ни что иное есть какъ физическій порокъ.

Ко-

Когда добродѣтельное души расположенїе неразлучно съ здравымъ состоянїемъ тѣла сопряжено, то сїе тѣмъ наибольше человѣка обязуетъ къ сохраненїю здравїя. Благоразумное онаго соблюденїе есть долгъ всякаго члена общества, а наипаче всякаго служителя государства. Согбенный отъ старости равно и начинающїй жить повиненны, сїю чувствамъ и желанїямъ нашимъ соразмѣрную обязанность исполнить. Какїяжъ тѣ средства къ сохраненїю толико драгоцѣннаго предмѣта способствующїя? --- Нѣтъ ли какихъ ни будь келейныхъ искуствомъ вымышленныхъ лѣкарственныхъ составовъ къ достиженїю сей цѣли служащихъ? --- Никакъ нѣтъ --- Вся сїя тайна въ златыхъ отъ природы узаконенныхъ правилахъ умѣренности и воздержанїя заключается. Я знаю, что въ жизни человѣческой иногда встрѣчаются неизбѣжимыя и отъ воли нашей независящїя обстоятельства, въ которыхъ кромѣ умѣреннаго образа жизни, знанїе многоразличныхъ свойствъ природы требуется. Не подвергается ли тотъ крайней опасности, который заставляемъ внутренными любви и соболѣзнованїя движенїями, одержимаго гнилою заразительною болѣзнью прїятеля безпрестанными дружбы объятїями тѣшить, хотябъ онъ въ образѣ собственной своей жизни ни малѣйшихъ пороковъ не сдѣлалъ. Мнѣ кажется, что Гигїене, то есть та наука въ которой нужныя для соблюденїя здравїя предосторожности предлагаются, для всякаго званїя человѣка нужна и полезна. Но главнѣйшее и ненарушимое основанїе къ сохраненїю здравїя въ благоразумной умѣренности и въ воздержанїи состоитъ. Они суть помочи вновь раскидывающихъ отраслей человѣческаго рода, дружескїй вождь совершеннаго человѣка, и прїя-

пріятнѣйшая подпора сѣдѣющей старости. — Въ тѣхъ лѣтахъ, въ которыхъ размышленіе и разсудокъ яко неразпустившіяся семячки въ безсиліи младенческой недѣйствительности почиваютъ, храненіе здравія отъ попеченія родителей или воспитателей зависитъ. Коль щастливы тѣ родители, которые не уязвивъ скрытнымъ ядомъ болѣзней свое тѣло, неспорченную бодрость здоровья произшедшему отъ ихъ крови плоду сообщили! — Коль напротивъ того соболѣзнованія достойное зрѣлище, когда человѣкъ за прегрѣшенія тѣхъ отъ которыхъ онъ жизнь получилъ страдать, и мученій наслѣдственныхъ недуговъ съ малолѣтства претерпѣвать принуждаемъ бываетъ! — Полученная отъ родителей крѣпость есть первоначальное основаніе человѣческаго здравія. Потомъ родительское попеченіе всячески защищаетъ, подкрѣпляетъ и соблюдаетъ здоровье чада своего. — Я не намѣренъ вывесть всѣ должности родительскія въ воспитаніи дѣтей, но за долгъ почитаю изъяснить, что лишняя нѣга по малу нарушаетъ основаніе здравія и крѣпости въ человѣкѣ. Малолѣтный, который отъ рожденія и по совершенный возрастъ питается грудію мягкаго сластолюбія, не можетъ снести необходимыя съ жизнью человѣка сопряженныя трудности. Чувства равно какъ и тѣло приходятъ въ вялое состояніе, и терпѣть не могутъ тѣхъ перемѣнъ, которыхъ мужеская бодрость, безъ дальнаго затрудненія преодолѣваетъ. Можетъ ли тотъ, которой будучи изнѣженъ лакомствами сластолюбія никакихъ отягощеній не знаетъ, въ могущемъ приключиться случаѣ выпить горькія чаши человѣческихъ нуждъ? — А наипаче тѣ родители, которые воспитывая своихъ дѣтей оныхъ къ службѣ отечества и къ

пользѣ человѣчества назначаютъ, должны стараться привыкать дѣтей своихъ съ нѣжной младости ко всѣмъ въ жизни человѣческой необходимымъ перемѣнамъ. Лишнее кутанье одѣждою, всегдашняя теплота, весьма нѣжная, тонкая и питательная пища, праздность мыслей, недостатокъ въ тѣлодвиженїй, долгїй сонъ въ мягкой постелѣ, суть вредныя и здравїе нечувствительнымъ образомъ оскорбляющїя привычки. Мнѣ кажется что съ лишкомъ изнѣженнаго человѣка во всемъ уподобить можно оранжерейному растѣнїю. Одинъ сѣверный вѣтръ повреждаетъ то, что безчисленные труды съ крайнею осторожностїю произвели, а когда они достигнутъ до совершенства, то принужденные ихъ плоды надлѣжащїя силы и дѣйствїя не имѣютъ. Всякїй край и климатъ имѣетъ особенныя свои свойства и неудобности, а къ тѣмъ самимъ неудобностямъ съ малолѣтствїя привыкать надлѣжитъ, дабы оныя привычкою легче сносились, и въ случаѣ нужды отягощенїя и вреда не наносили. — Я оставляю сїе разсужденїе о васъ малолѣтныя дражайшїя растѣнїи государства: — вы — которые подъ надзиранїемъ отцовскаго и матерняго попеченїя плодами ихъ старанїя и любви питаетесь — и простираю умозрѣнїе къ тѣмъ, которые вышедъ изъ числа малолѣтныхъ въ свѣтъ вступаютъ, и приуготовляются быть членами общества. — Съ немалымъ сердца моего движенїемъ я мысленно вижу волненїе родительской страсти при трогательномъ съ ними прощанїи. Мнѣ кажется, что орошающїя оныхъ въ прощальныхъ объятїяхъ слезы родительскїя суть мирный елей, посвящающїй ихъ быть наслѣдниками славы и добродѣтели оныхъ. Подвластны собственному своему разсудку шествуютъ

они на усланный цвѣтами путь юношескихъ лѣтъ. --- Ни въ одномъ возрастѣ благоразумное расположенїе жизни и сохраненїе здравїя столь не нужны, какъ въ семъ, ибо слѣдствїи развратнаго въ семъ возрастѣ житїя, часто на всѣ дни жизни распространяются. Во время юности тѣлесныя и душевныя силы раскрываются, выступаютъ изъ предѣловъ нѣжной младости, возрастаютъ, и процвѣтаютъ къ наступающей созрѣлости. -- Такъ какъ суровости бурной погоды тогда наибольше вредятъ деревцамъ, когда они раскинувшись въ полномъ своемъ разцвѣтѣ красуются, такимъ же образомъ неустройства развратной и безпутной жизни суть наигубительнѣйшїя юношескому возрасту. Они уменьшаютъ совершенное образованїе частей тѣлесныхъ, мѣшаютъ благимъ въ томъ природы трудамъ, обезсилываютъ бодрость и крѣпость поспѣвающаго тѣлеснаго зданїя, и вселяютъ въ сокахъ нашихъ зачинъ различныхъ здравїю гонительныхъ недуговъ. Я не упоминаю о тѣхъ, которые терзаемы наглыми страстьми видимо свирѣпствуютъ надъ своимъ здоровьемъ, и ранними смерти и пороковъ своихъ жертвами дѣлаются. Обиженная жестокостїю сихъ преступниковъ природа обыкновенно заслуженную на нихъ пень налагаетъ. По среди цвѣтущихъ дней они себѣ вырываютъ яму въ нѣдрахъ матерней земли, которая съ омерзенїемъ и соболезнованїемъ печальныя ихъ остатки принимаетъ. Жалостное позорище! — не смути печальнымъ твоимъ представленїемъ сердца моего внутренности! --- --- Имѣются безчисленные хотя маловажными кажущїеся непордяки, которые скрытнымъ образомъ здоровье по малу нарушаютъ. А какъ въ избѣжанїи сихъ непорядковъ тѣ способы наибольше состоятъ,

ко-

которые я представить имѣю, то сказанныхъ непорядковъ обстоятельнѣе разсмотрѣть надлѣжитъ. --- Умозря разныя преискуснѣйше устроенныя тѣла человѣческаго части, безпрерывно въ отдѣленіи и приуготовленіи для питанія тѣла потребныхъ соковъ трудящїяся, представя себѣ удивительное тканїе безчисленныхъ жилъ и наитончайшихъ ходовъ, стремящимися жидкостей токами безпрестанно орошаемыхъ, съ сокровеннымъ изумленїемъ дивиться должно, какъ самая малѣйшая погрѣшность въ образѣ жизни не причиняетъ въ дѣйствїяхъ тѣла нашего непоправляемое помѣшательство. --- Но что легкїе неумѣренности не всегда безъ какихъ ни будь слѣдствѣ проходятъ, и что тѣло наше рѣдко безъ всякаго оскорбленія какихъ ни на есть помѣшательствъ въ естественныхъ своихъ трудахъ претерпѣваетъ, изъ слѣдующихъ весьма часто бываемыхъ припадковъ доказать имѣю. --- Нерасположенїе, тоскливость, тяжесть, (malhumeur, indiſpoſition) и тому подобные легкїе припадки, суть рожденїи учиненныхъ въ пищѣ, питьѣ, и во снѣ непорядковъ. Человѣкъ яко бы съ какимъ ни будь бремянемъ встаетъ, тяжесть и слабость чувствуетъ, не расположенъ къ требующимъ размышленія, или другимъ дѣламъ, и безъ причины или по самой малѣйшей досадуетъ. Таланты и всѣ душевныя силы недѣйствительны, остроту, бодрость и прозорливость теряютъ. Обыкновенно время и погоду въ причиненїи таковыхъ отягощенїи винятъ, но оныя почти всегда отъ непорядковъ въ пищѣ и питьѣ, или во снѣ происхожденїе свое имѣютъ, а только развѣ во время непрїятной погоды усиливаются. Желудокъ будучи изо всѣхъ внутренныхъ частей наибольше нравенъ и чувствителенъ,

весь-

весьма скоро разстроивается. Простѣйшіяжъ примѣчаніи удостовѣряютъ, что, если желудокъ въ непорядкѣ, то и вся тѣлесная махина въ разстройкѣ находится. Сверьхѣ того долговремянные непорядки желудка нечувствительнымъ образомъ многоразличныя во вредъ здоровья болезненныя приключенія наводятъ. — Еще во время нерасположенія о которомъ я говорю, человѣкъ обыкновенно сердитымъ и угрумымъ бываетъ. Будежъ человѣкъ весьма часто въ таковомъ нерасположеній находится, то онъ къ свойственнымъ оному порокамъ привыкаетъ, а сею привычкою привлекаемое нравоположеніе весьма трудно истребляясь по большой части на всегда остается и утверждается. Сіе доказательствомъ служитъ что благонравіе и свойственныя оному нѣжныя добродѣтели, равно и противуположенныя нравы отъ тѣлѣснаго состоянія, тѣлесножъ состояніе отъ образа жизни зависятъ. По всѣмъ симъ причинамъ тому который цвѣтъ здоровья, бодрость душевныхъ дарованій и благонравіе сохранить желаетъ, разумную въ пищѣ и питьѣ умѣренность соблюдать надлѣжитъ. Ѣсть въ положенное время, а не всегда когда сѣѣстное увидится, переставать тогда, когда бы можно еще кушать, употреблять больше простую пищу, избѣгать лакомствъ пироженныхъ, сахарныхъ, пряныхъ и всякаго рода горячительныхъ напитковъ, суть нужныя къ тому намѣренію относящіяся предосторожности. Все то что желудокъ безмѣрно обременяетъ, въ то самое время и голову, бодрость и живность духа отягощаетъ. -- Касательно до сна, то хотя оный утомленнымъ удамъ, и душѣ наисладчайшее отдохновеніе даетъ; но отъ неумѣренности часто вреднымъ дѣлается. Когда части тѣла нашего надлежащей крѣ-

крѣпости и образованія еще не имѣютъ, тогда не худо долѣе спать, но приближающемуся къ степени мужества отъ всякаго во снѣ излишества воздерживаться надлѣжитъ. Лишній сонъ соковъ згущаетъ, обращеніе оныхъ обезсиливаетъ, и къ цынгѣ предрасполагаетъ, также и бодрость душевныхъ дарованіи нечувствительнымъ образомъ въ разслабленіе приводитъ. Въ распаренномъ постельною теплотою и долгимъ сномъ тѣлѣ, вялый, сонный и дремлющій духъ обитаетъ, который пасмурно сопротивляется стремленію упражненій требующихъ размышленія. — Должноль цвѣтущимъ въ надѣжду государства растѣніямъ тогда еще спать, когда выступившій за покрывалами ночи день на небесахъ бѣлится, и разбуженая отъ глубокаго покоя природа пришествію его радуется? — — — Я приступаю теперь къ разсмотрѣнію пороковъ сладострастія. Представляется печальнымъ моимъ взорамъ губительная пропасть, въ которую оный порокъ часто цвѣтущихъ юношъ низвергаетъ. — Пріятное ощущеніе здоровья, юношеская бодрость играющихъ силъ, безпокойствіе, упражненіе жаждущаго и скукою угнѣтеннаго духа, праздность трудами не забоченныхъ мыслей по большой части въ младой крови огнь безпутныхъ вождѣлѣній зажигаютъ. Изо всѣхъ пороковъ сей наибольше уязвляетъ и умерщвляетъ тѣло и душевныя силы. — Я не упоминаю о разныхъ способахъ, которыми сей порокъ для удовольствованія беззаконныхъ своихъ вождѣлѣній пользуется, не упоминаю и о видимыхъ сладострастіе сопровождающихъ болѣзненныхъ приключеніяхъ, а только тѣ слѣдствія нѣсколько обстоятельнѣе изобразить намѣреваюсь, объ которыхъ подвластные сему пороку ни мало не думаютъ, и которые долго скрывшись, тогда наибольше

больше являются, когда остепенившійся разумъ надъ чувствами владычествуетъ, и ласкательные юношескихъ склонностей предмѣты приманчивыя свои силы потеряли. — Не трудно узнать, что истощеніе наитончайшихъ соковъ, въ приуготовленіи коихъ природа во все время младости по самый юношескій возрастъ трудилась, тѣло въ крайнее разслабленіе приводитъ. Не изсыхаетъ ли дерево лишившись соковъ питающихъ цвѣтъ и красоту оныхъ? — Когда тѣло разслаблено, то всѣ естественныя онаго дѣйствія мѣшаются и разслабѣваютъ. Желудокъ наипаче разстроивается, и малое количество отъ пищи отдѣляемаго питательнаго сока, по недостаточной упругости онаго сока въ себѣ содержащихъ наитончайшихъ жилъ, останавливается, и згущается; отъ чего ипокондрія со всѣми ея печальными спутниками въ тѣло вкрадывается. Разслабленное тѣло ко всѣмъ болѣзнямъ наибольшой наклонности имѣетъ. Наималѣйшая причина возбуждаетъ въ ономъ прискорбные припадки, и нервы столь чувствительными бываютъ, что едва перемѣны погоды безъ отягощенія переносить въ состояніи. — Нѣжный огнь согрѣвающій тѣло, и ободряющій душу къ знаменитымъ и благотворительнымъ склонностямъ, равно и добродѣтельная чувствительность сердца мало по малу загасаютъ. Преданники сего порока будучи не долговѣчны весьма рѣдко до достойной почтенія степени старости достигаютъ. Около среднихъ человѣческой жизни лѣтъ, смерть не взирая на вопль и рыданіе остающихся, застѣнчивымъ отъ ужаса взорамъ сихъ людей незапно врата вѣчности открываетъ. Они къ наслажденію радости жизни не способны, и потупившіяся подъ игомъ тѣлеснаго разслабленія ихъ

чувства

чувства келейною грустью обременяются. — Сочетавшись законнымъ бракомъ они по большой части безплодными бываютъ, или безсильныхъ, чахлыхъ и маловѣчныхъ дѣтей приживаютъ. Щастливы сіи невинныя жертвы, когда въ колыбелѣ послѣднимъ дыханіемъ ихъ страданіе оканчевается, и они не принуждены, въ отягощеніе себѣ самимъ и обществу дней своихъ продлить. --- Несправедливожъ того за государственнаго преступника почесть должно, который погубивъ въ порочныхъ любострастія объятіяхъ здравіе свое, бѣдствіи развратной своей жизни на позднѣйшія потомства поколѣній распространяетъ? --- Юношескія бодрствующія силы не долгое время подвластны возжделѣніямъ жаждущей страсти. Они, изнурившись въ удовольствованіи человѣческихъ желаній, законамъ природы покоряются, и произволеніямъ прихоти не послушными дѣлаются. — Сколь тѣлу вредно любострастіе, толь губительно оно силамъ и дарованіямъ души. Не часто ли юноша, который бывъ отъ природы одаренъ сангвиническимъ сложеніемъ наилучшую о себѣ надѣжду подавалъ, въ продолженіи времяни несноснымъ и застѣнчивымъ тупицыномъ дѣлается. Обыкновенно причину сей удивительной перемѣны въ лишней строгости школьнаго воспитанія ищутъ, не подозрѣвая скрывающихся въ links мракѣ келейности непорядковъ, отъ которыхъ сіе превращеніе по большой части происходитъ. Грусть и тоска, сіи печальные спутники отъ пороковъ произшедшаго разслабленія утѣсняютъ таковаго человѣка грудь, которая не разгорячившись во время нѣжной младости отъ порочныхъ любострастія смятеній, въ чистыхъ веселіяхъ юношеской невинности дыхала. --- Остроуміе, память, прозорливость

и

и присудствіе духа, изчезаютъ, затмѣваются и къ произведенію знаменитыхъ и плодоносящихъ подвиговъ недѣйствительны. ---- Я знаю, что нѣкоторые дивные и весьма рѣдко бывающіе примѣры противное нынѣ сказанному доказываютъ. --- Довольно извѣстенъ славный Британецъ, который для ободренія отягченныхъ отъ бремяни государственныхъ дѣлъ мыслей, часы нѣжнаго сна, когда глубокій угомонъ подъ защитою ночной тѣни на поверхность земнаго шара распространился, въ потѣхахъ любви и вина препровождалъ. Разгоряченныя сими забавами чувства его не отказывали своего вниманія плачущему гласу отдаленныхъ и ужасами бѣдоносной войны окруженныхъ Американцовъ. Не изнурившись въ удовольствованіи сихъ имъ любимыхъ склонностей онъ являлся въ ожидающихъ торжественно его собраніяхъ парламента, гдѣ онъ гремящія изъ безчисленныхъ устъ прекословіи за военную славу отечества трясущихся противниковъ, сильно, сановито, и мужественно низложилъ. Но таковые весьма рѣдко бывающіе примѣры не опровергаютъ справедливость того, что любострастіе, а паче во время юношескихъ лѣтъ есть злѣйшій непріятель душевнымъ дарованіямъ. --- Всякій человѣкоиспытатель и вникающій во внутренности человѣкопознанія примѣчатель легко увѣриться можетъ, что выше означенныя безразсудное любострастіе сопровождающія слѣдствія не суть рожденіе дѣло увеличивающаго воображенія. --- Коль многихъ способныхъ членовъ государства теряютъ отъ сказанной келейно свирѣпствующей заразы! ---- Но я сихъ разсужденій далѣе, не распространяю, оставляя сіе и размышленіе о способахъ къ пресѣченію сего тѣло и душевныя силы уязвляющаго порока болѣе меня свѣдущимъ. Объ

одномъ

одномъ только еще напоминаю. -- Колико праздность наипаче поспѣшествуетъ зарожденію безпутныхъ страстей въ юношеской крови, толико дѣльные труды, и упражненіе духа служатъ наилутчими отъ оныхъ предохранительными средствами. --- Они открывающійся разумъ питаютъ полезными знаніями, веселяютъ разсудокъ и воображеніе безпорочными представленіями, прогоняютъ безпокойствіе и тоскливость, и сохраняютъ бодрость тѣлеснаго здоровья. Они суть ненарушимая ограда добродѣтели, цѣломудрія и невинности. Когда сіе справедливо, то не должноль заставить всякаго молодаго человѣка къ дѣльнымъ и разумъ упражняющимъ трудамъ, хотябъ званіе и состояніе его того и не прямо требовали? -- Не должноль въ выборѣ ученія всегда сообразоваться склонности и способности приуготовляемаго къ услугамъ человѣчества воспитанника, и разыскивать съ прилѣжаніемъ особенныя къ тому или другому упражненію дары и способности его? Принужденное и безплодное, охотѣ, способности и склонностямъ не соразмѣрное, въ какомъ бы то не было дѣлѣ обращеніе -- не губительнѣе ли самой мучительной праздности? — Не влечетъ ли мука наносимая отъ развратнаго ученія или выбора жизни юношъ къ порокамъ, дабы ихъ мнимыми сластьми наградить понесенное терпѣніе и скуки, измождающія жизненные духи? --- — Благоразумное со стороны родительской распоряженіе не только въ разсужденій сказанныхъ обстоятельствъ но и во многихъ другихъ случаяхъ благополучію человѣка поспѣшествуетъ. — Но я гораздо удалился отъ предприняпой цѣли, и вошелъ незапно въ разсужденія не принадлежащія до моего намѣренія! — — —

Изобра-

Изобразивъ главнѣйшие непорядки цвѣтъ здоровья и бодрость душевныхъ дарований нечувствительнымъ образомъ изнуряющие, подтверждаю, что въ избѣжаний оныхъ непорядковъ состоятъ тѣ средства, о которыхъ я говорить имѣю. --- Естьли сумнѣнию не подлежитъ, что нерасположение и сродные оному припадки отъ непорядковъ въ пищѣ и питьѣ, или отъ сна происхождение свое имѣютъ, и что частые таковые припадки мало по малу тѣлесныя и душевныя силы въ разслабление приводятъ, и навлекая дурныя привычки трудно искореняемыя, нравы портятъ: естьли извѣстно, что любострастие есть вредный злодѣтель тѣла и души, то само по себѣ явствуетъ, коль нужны умѣренность и воздержание въ сказанныхъ случаяхъ! --- — Я сожалѣю, что разгорячившееся въ ожиданий какихъ ни будь важнѣйшихъ открытий, и жаждущее новыхъ изобрѣтений, любопытство предложениемъ старинной о воздержаний и умѣренности пѣсни удовольствовать не въ состояний. — Малое утѣшение ищущему веселия. и въ насыщении своихъ прихотей спокойному сластолюбцу! — —

Исключая то, что умѣренность и воздержание отъ страстей, надѣжнѣйшия суть средства для подкрѣпления душевныхъ и тѣлесныхъ силъ, они предохраняютъ и защищаютъ насъ отъ нападений скорбей, и во время немощи утоляютъ наглость ея припадковъ. — Врачебное искуство тогда весьма малую пользу приноситъ, когда врожденныя естественныя силы къ преодолѣнию болѣзни не способны. — Природа есть главнѣйший врачь болѣзненностраждущихъ, а врачебное искуство есть подвластный ея распоряжениямъ помощникъ. Природа иногда

весьма

весьма не скоро наказываетъ за погрѣшности человѣческой слабости, но на противъ того и не скоро освобождаетъ отъ тѣхъ страданій, которыя причиняло оскорбленіе ея законовъ. — — Славный Римлянинъ Целсусъ весьма разумное наставленіе давалъ говоря „берегите во дняхъ цвѣтущаго здравія свои силы, ибо они въ случаѣ болѣзни, дѣйствительнѣйшая вамъ будетъ помога.„

Умѣренность и воздержаніе на послѣдокъ за оказываемую приверженность и послушаніе умильному ихъ уставу, долговѣчіемъ награждаютъ своихъ преданниковъ. Такимъ образомъ именитый Венеціанскій сенаторъ Корнари взошелъ на рѣдкую степень сталѣтной жизни. Играющій на щекахъ румянецъ и живѣйшій цвѣтъ лица не завяли тогда у него, когда серебристою сѣдиною глава его покрылась. Неугнѣтаемый тоскою и печальными дряхлости представленіями духъ его, неутомимо дѣйствовалъ для блага республики, красовавшейся отличными его подвигами. Бодрость тѣлесныхъ и душевныхъ силъ не оставила славнаго сего мужа на той степени въ которой обыкновенно, скорчившись отъ тяжести носимаго бремяни, усталыя уды, въ ожиданіи предстоящаго по теченію природы разрѣшенія покоются. — Таковыхъ хвалы достойныхъ примѣровъ больше объяснить можно, естлибъ предѣлы моего намѣренія того дозволили. Я напоминаю только, что жизнь, которая для весьма многихъ людей, есть море горестей и печали, безчисленныя въ себѣ заключаетъ пріятности. Щастливъ тотъ, который простыя средства весенные жизни дни сохраняющія знаетъ, и благотворительныя оныхъ дѣйствія надъ собою испытать не гнушается.

* * *